



EJMN JUDO - CONSIGNE SANITAIRE COVID 19

Organisation du club :

- Un registre détaillé des présences sera tenu afin de permettre le suivi de cohorte des pratiquants.
- Nous prévoyons un battement de 15 minutes entre les séances pour la désinfection des tatamis et pour éviter le croisement des groupes. (sortie et entrée en file indienne espacée)

Préconisations sanitaires à prendre par les pratiquants avant de se rendre au dojo :

- J'ai un bon état de santé général
- Si j'ai eu le COVID-19, ou des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées, ...), je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise
- S'être douché, lavé les cheveux, avoir les mains propres et les ongles correctement coupés. Porter un judogi propre.
- Prendre un sac à l'intérieur duquel doivent figurer son judogi, des mouchoirs jetables non utilisés, sa lotion hydro-alcoolique, ses « zoori », sa gourde et une fiche comprenant les coordonnées de l'accompagnant pouvant être joint en cas de problème.

Préconisations sanitaires à respecter dans le dojo et durant la séance :

- L'accès aux vestiaires et dojo ne sera pas possible aux parents dans le dojo de MESSIGNY & BRETIGNY compte tenu de leur exigüité.
- Les judokas doivent venir directement en kimono
- Lavage des mains à l'entrée du dojo.
- Port du masque obligatoire en dehors des temps d'activité physique.
- Respecter les gestes barrières Covid-19 : tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir, utiliser des mouchoirs à usage unique, saluer sans se serrer la main, se laver les mains régulièrement, proscrire tout échange de matériel personnel : habits, judogi, gourdes...
- A chaque entrée sur le tatami, le pratiquant enlève son masque, le range avec ses autres effets personnels dans son sac, se lave les mains et les pieds à l'aide de gel hydroalcoolique. - A chaque

sortie du tatami, le pratiquant remet son masque, se lave les mains et les pieds à l'aide de gel hydro-alcoolique.

- Le salut s'effectue de façon traditionnelle mais avec une distanciation physique d'au moins un mètre entre les pratiquants (en ligne ou en quinconce).

- La séance se déroule de manière classique en favorisant le travail par groupe.

- Le professeur est invité à proposer les adaptations pédagogiques spécifiques à la situation de vigilance. Il est notamment attentif aux périodes d'inactivité et évite les regroupements et discussions des pratiquants autour du tapis.

- Une vigilance particulière est apportée à l'aération et à la désinfection quotidienne du dojo et des espaces de pratique.

Préconisations sanitaires à prendre par les pratiquants en arrivant à leur domicile :

- Après chaque séance, le pratiquant veillera à laver son judogi et ses effets personnels (zoori, gourde, etc.)

- Le pratiquant veillera à réapprovisionner son kit sanitaire (gel hydro-alcoolique, mouchoirs, masque)

Le judokas s'engage à respecter les consignes de ce document , à ne pas poursuivre son activité et prévenir le club en cas de test positif COVID 19.

Nom :

Prénom :

(Parent si mineur)

Fait à :

Le :

Ajouter le mention « lu et approuvé » Signature :